

## Soupe au chou rouge, toute bleue



### **Pour 2 personnes (en plat principal) :**

- 500g de chou rouge bien frais
- 3/4 litre de bouillon de légumes bio en tablette
- 1 c. à soupe de sucre
- 2 c. à soupe de vinaigre de vin ou de cidre
- noix de muscade fraîchement râpée (une pincée)
- cumin entier (1/2 c. à café)
- sel, poivre
- 10 cl de crème liquide

Couper le chou rouge en lamelles. Faire blanchir dans une grande marmite d'eau bouillante pendant 5 minutes. Egoutter.

Faire cuire le chou dans du bouillon de légumes, à petit feu et à découvert, jusqu'à ce qu'il soit tendre (environ 30 minutes).

Mixer le tout, ajouter le sucre, le vinaigre, la crème liquide, la noix de muscade, saler et poivrer, rajouter éventuellement un peu d'eau pour obtenir la consistance désirée. Décorer de graines de cumin

© *Du chant plein les casseroles...*

<http://www.nataliakriskova.com/article-16311463.html>